

HEIDELBEER-HAPPEN



HEIDELBEER-HAPPEN

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für ca. 40 Stück: | 30 Min.

Zutaten

- 180 g Mehl
- 125 g Butter
- 75 g SweetFamily Brauner Zucker
- 100 g Heidelbeeren
- 1 TL Vanillezucker (oder 1-2 TL Blaubeerkonfitüre)
- etwas Mehl zum Bearbeiten
- 1 Ei
- 1 Prise Salz



_378

ZUBEREITUNG

53

Kcal

Stück

1

Gramm

Eiweiß

6

Gramm

Kohlenhydrate

3

Gramm

Fett

[Backofen auf 200 °C vorheizen](#) und ein Blech mit [Backpapier](#) belegen. Mehl, gewürfelte Butter, 2 EL Zucker und 2 EL kaltes Wasser rasch zu einem glatten Teig verkneten. Zu einer Rolle formen und 20 Minuten kühl stellen. [Beeren](#) putzen und mit übrigem Zucker und Vanillezucker oder Konfitüre mischen.

Teig auf wenig Mehl dünn ausrollen und Kreise (2-3 cm Durchmesser) oder Quadrate (2 x 2 cm) ausschneiden. Einige Beeren auf jedes Teigstück geben und die Kanten darum so hochdrücken, dass jeweils 4 Ecken entstehen. Heidelbeer-Happen mit etwas Abstand zueinander auf das Blech setzen. Ei mit Salz und 1 TL kaltem Wasser leicht verquirlen und Happen damit bepinseln. Im heißen Ofen [auf mittlerer Schiene](#) ca. 10 Minuten backen. Auskühlen lassen.

Obst: Heidelbeer